

MỘT SỐ GIẢI PHÁP NHẪM THỰC ĐẨY PHONG TRAO THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ VÀ QUẢN TRỊ KINH DOANH - ĐẠI HỌC THẠİ NGUYỄN

Nguyễn Nam Hà^{1*}, Nguyễn Thị Thùy²

¹Trường Đại học Kinh tế & Quản trị Kinh doanh - ĐHTN, Nguyễn
²Đại học Trà Nguyễn

TÓM TẮT

Tham gia các hoạt động phong trào thể dục thể thao ngoại khóa có vai trò quan trọng trong việc rèn luyện sức khỏe thể chất cho sinh viên sau những giờ học tập nghiên cứu căng thẳng. Mặt khác, những hoạt động này còn tạo cho sinh viên có một đời sống tinh thần lành mạnh, bổ ích, góp phần làm tăng hiệu quả học tập của sinh viên. Vì vậy, nhóm nghiên cứu đã sử dụng các phương pháp phân tích, so sánh, điều tra, thống kê... để tiến hành phân tích thực trạng hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa trên đối tượng là sinh viên trường Đại học Kinh tế & Quản trị Kinh doanh, từ đó đề xuất các biện pháp nhằm thúc đẩy phong trào hoạt động thể dục thể thao (TDTT) ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Kinh tế & Quản trị Kinh doanh - Đại học Thái Nguyên.

Từ khóa: Thực trạng sinh viên, thể dục thể thao ngoại khóa

ĐẶT VẤN ĐỀ

Trường Đại học Kinh tế và Quản trị Kinh doanh (ĐHK&QT&KD) là cơ sở giáo dục đại học thành viên của Đại học Thái Nguyên, một trong ba đại học lớn nhất cả nước, đã được Đảng và Chính phủ quy hoạch phát triển thành đại học trong điểm quốc gia nên có nhiều cơ hội và được sự quan tâm đặc biệt của Đảng và Chính phủ. Sự tăng của Nhà trường là đào tạo nguồn nhân lực trình độ đại học và trên đại học với chất lượng cao, nghiên cứu khoa học, chuyên giao công nghệ và hợp tác quốc tế trong các lĩnh vực kinh tế, kinh doanh và quản lý nhằm phục vụ cho sự nghiệp phát triển kinh tế-xã hội, đặc biệt ở miền núi và trung du Bắc bộ. Trong quá trình đào tạo, Nhà trường luôn quan tâm tới các giải pháp nhằm nâng cao chất lượng đào tạo, đáp ứng yêu cầu ngày càng cao của xã hội.

Việc tham gia các hoạt động phong trào thể dục thể thao ngoại khóa có vai trò quan trọng trong việc rèn luyện sức khỏe thể chất cho sinh viên, khuyến khích sinh viên tự giác tham gia tập luyện thể thao, hình thành thói quen rèn luyện thân thể thường xuyên cho sinh viên sau những giờ học tập nghiên cứu căng thẳng. Bên cạnh đó, những hoạt động

này còn tạo cho sinh viên có một đời sống tinh thần lành mạnh, bổ ích, góp phần làm tăng hiệu quả học tập. Vì vậy, việc nghiên cứu nâng cao hiệu quả hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa cho sinh viên tại Trường Đại học Kinh tế và Quản trị Kinh doanh là mục tiêu của nghiên cứu này.

THỰC TRẠNG PHONG TRAO HOẠT ĐỘNG THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ & QUẢN TRỊ KINH DOANH
Nhu cầu, thái độ của sinh viên đối với hoạt động TDTT ngoại khóa

Để xác định thực tế nhu cầu tập luyện một số môn thể thao ngoại khóa ham thích của sinh viên trường Đại học Kinh tế và Quản trị Kinh doanh, nhóm nghiên cứu tiến hành phỏng vấn 780 sinh viên (trong đó có 252 nữ) về đồng cơ, nguyên vọng tập luyện, cũng như nhu cầu tập luyện và các yếu tố ảnh hưởng phong trào tập luyện một số môn thể thao đối với sinh viên. Kết quả xử lý theo từng chỉ tiêu thành phần và được trình bày ở bảng 1.

Như vậy, qua kết quả phỏng vấn cho thấy nhu cầu tham gia hoạt động ngoại khóa của sinh viên là rất lớn và chính đáng, các sinh viên đều mong muốn có được các điều kiện tốt nhất để học tập chính khoa cũng như ngoại

*Tel: 02 3 959 725 Email: namhahsp@tqgmai.vn

khóa các môn TDTT để phát triển thể lực, nâng cao kết quả học tập môn GDTC, nhu cầu tập luyện và tham gia thi đấu các môn thể thao được đa số sinh viên ưa thích là các môn bóng, đặc biệt là môn Bóng đá (76.53%), Cầu lông (60.00%), Bóng chuyền (59.35%) sau đó là Bóng bàn và Đá cầu. Phần lớn các học sinh đều cho rằng các môn học này sôi nổi có hứng thú cao, rèn luyện ý chí và nâng cao sức

khỏe. Tuy nhiên, còn có rất nhiều yếu tố ảnh hưởng đến hứng thú và kết quả tập luyện như: Không có giáo viên hướng dẫn; Không có thời gian, Không đủ sân bãi, dụng cụ tập luyện... cũng là những vấn đề cấp thiết cần được xem xét và tìm giải pháp kịp thời khi huấn luyện phong trào TDTT tại trường để nâng cao kết quả tập luyện ngoại khóa cho sinh viên.

Bảng 1. Kết quả phỏng vấn sinh viên (n = 780)

TT	Nội dung phỏng vấn	Kết quả phỏng vấn					
		Nam (n = 528)		Nữ (n = 252)		Tổng số	
		n	%	n	%	n	%
Động cơ tập luyện một số môn thể thao phổ biến							
I	- Ham thích	362	68.56	156	61.90	518	66.41
	- Nhân thấy cơ tác dụng rèn luyện thân thể	340	64.39	132	52.38	472	60.51
	- Bắt buộc phải tập môn thể dục	171	32.38	82	33.73	253	32.43
	- Lười惰	182	34.46	80	31.74	262	33.58
Nhu cầu tập luyện và thi đấu một số môn thể thao phổ biến							
	- Bóng đá	495	93.75	120	40.47	597	76.53
	- Cầu lông	312	59.09	156	61.90	468	60.00
	- Điền kinh	122	23.10	25	9.92	147	18.84
	- Bóng chuyền	354	67.04	109	43.52	463	59.35
	- Đá cầu	134	25.37	25	9.92	159	20.38
	- Bóng bàn	142	26.89	72	28.57	214	27.43
Nhu cầu cần thiết tham gia tập luyện trong câu lạc bộ thể thao							
	- Cần thiết	287	54.35	120	47.61	407	52.17
	- Không cần thiết	182	34.46	68	26.98	250	32.05
Những yếu tố ảnh hưởng đến phong trào tập luyện TDTT							
	- Không có giáo viên hướng dẫn	452	85.60	172	68.25	624	80
	- Không có thời gian	78	14.77	60	23.80	138	17.69
	- Không đủ sân bãi, dụng cụ tập luyện	457	86.55	212	84.12	669	85.76
	- Không được sự ủng hộ của ban be	162	30.68	68	26.98	230	29.48
	- Không ham thích môn thể thao nào	42	7.95	22	8.73	64	8.20

Thực trạng cơ sở vật chất phục vụ hoạt động TDTT ngoại khóa.

Về cơ sở vật chất. Hiện nay nhà trường chưa có sân tập thể thao riêng cho sinh viên, đang sử dụng sân của khu ký túc xá, nhà tập đa năng chung với Đại học Thái Nguyên, điều kiện cơ sở vật chất chật hẹp nên hiện tại cũng mới chỉ đáp ứng được phần nào nhu cầu hoạt động TDTT của sinh viên. Do vậy, việc đầu tư cơ sở vật chất cho hoạt động TDTT ngoại khóa của sinh viên cũng là một vấn đề cần lưu tâm và đầu tư.

Thực trạng đội ngũ cán bộ giảng dạy

Thực trạng đội ngũ cán bộ giảng dạy GDTC của trường (tính đến 31/12/2015)

Chỉ số	Giới tính		Độ tuổi		Năng lực			Trình độ		
	Nam	Nữ	<45	≥ 45	Giảng dạy	Huấn luyện	Trọng tài	Cư nhân	Th	Tiên sỹ
Số lượng	05	03	06	02	08	04	05	0		0
Tỷ lệ(%)	63%	37%	75%	25%	100%	50%	63%	0	1	0

Kết quả nghiên cứu cho thấy: Đội ngũ giảng dạy giáo dục thể chất của trường đều đã đạt chuẩn theo quy định. 08 người là thạc sỹ đạt 100%. 01 người đang làm nghiên cứu sinh; trong đó có 04 người tương ứng với 50% có khả năng huấn luyện. 05 người chiếm tỷ lệ 63% có năng lực làm trọng tài; Đây là nguồn lực mạnh mẽ để phục vụ công tác giảng dạy và tổ chức các hoạt động ngoại khóa TDTT của trường. Tuy nhiên, số giảng viên trẻ còn chiếm tỷ lệ cao, số người có độ tuổi <45 là 06 người, chiếm tới 75%, đội ngũ này có sức khỏe, nhiệt tình nhưng chưa tích lũy được nhiều kinh nghiệm trong công tác tổ chức và thực hiện phong trào ngoại khóa cho sinh viên. Vì vậy cần chú trọng công tác bồi dưỡng nâng cao trình độ cho đội ngũ cán bộ để kịp thời đáp ứng công tác giảng dạy, chỉ đạo phong trào hoạt động TDTT ngoại khóa nhằm đạt kết quả cao hơn so với hiện nay.

Thực trạng về thể lực của sinh viên

Tình trạng sức khỏe của sinh viên khi tham gia các hoạt động ngoại khóa của sinh viên. Các số liệu trong bảng 2 và 3 trình bày thực trạng thể chất sinh viên của trường

Bảng 1. So sánh thực trạng thể chất của nữ sinh viên ĐHK&QTKD với mức trung bình người VN cùng giới

TT	Các chỉ số	Nữ ĐHK&QTKD (n=709)		Nữ VN (n=1400)		P
		\bar{X}	d	\bar{X}	d	
1	Cao (Cm)	156.00	5.085	153.88	5.280	9.290 < 0.001
2	Cân nặng (kg)	46.43	4.810	45.77	5.333	2.979 < 0.01
3	Nằm ngửa gấp bụng (lần 30 giây)	13.06	4.539	12.00	3.883	5.556 < 0.001
4	Chạy 30 m XPC (giây)	6.15	0.582	6.22	0.621	2.538 < 0.02
5	Đeo gấp thân (cm)	12.40	5.037	12.00	5.782	1.682 > 0.05
6	Bật xa tại chỗ (cm)	166.10	18.731	157.00	17.160	11.316 < 0.001
7	Chạy 5 phút (m)	701.18	115.946	721.00	96.707	4.097 < 0.001

Bảng 2. So sánh sự phát triển thể chất của nam sinh viên ĐHK&QTKD với mức trung bình của người VN cùng giới

TT	Các chỉ số	Nam ĐHK&QTKD (n=281)		Nam V. Nam (=1400)		P
		\bar{X}	d	\bar{X}	d	
1	Cao (Cm)	167.90	5.721	165.14	5.618	7.446 < 0.001
2	Cân nặng (kg)	55.36	9.689	53.16	5.712	3.704 < 0.001
3	Nằm ngửa gấp bụng (lần 30 giây)	20.04	3.678	20.00	4.005	0.165 > 0.05
4	Chạy 30 m XPC (giây)	4.85	0.522	4.85	0.532	0.000 > 0.05
5	Đeo gấp thân (cm)	14.80	5.546	14.00	5.954	2.192 < 0.05
6	Bật xa tại chỗ (cm)	227.00	22.122	220.00	20.803	4.918 < 0.001
7	Chạy 5 phút (m)	889.40	132.761	942.00	118.08	6.207 < 0.001

ĐHK&QTKD, đồng thời, so sánh với thực trạng thể chất người Việt Nam cùng giới

Kết quả khảo sát cho thấy: Các tổ chức thể lực của sinh viên trường ĐHK&QTKD phát triển không đồng đều giữa hai giới. Thể lực của các nữ sinh có xu hướng phát triển trội hơn khi so sánh với thể lực người Việt Nam cùng giới. Với 5 chỉ tiêu thể lực được kiểm tra, khi so sánh với mức trung bình của người Việt Nam, có 10 cặp số liệu, trong đó, thể lực của các sinh viên nữ ĐHK&QTKD có xu hướng phát triển trội hơn ở 3 chỉ tiêu kiểm tra (gập bụng, chạy 30 m XPC và bật xa tại chỗ), trong khi thể lực của nam sinh viên chỉ trội hơn ở 2 chỉ tiêu (bật xa tại chỗ, đeo gấp thân); có 1 chỉ tiêu thể lực của sinh viên ĐHK&QTKD thấp hơn rất rõ rệt (chạy 5 phút), 2 chỉ tiêu còn lại sự khác biệt không có ý nghĩa thống kê, ở ngưỡng $p > 0.05$.

Do vậy, việc bố trí học tập và tổ chức hoạt động thể thao ngoại khóa ở các môn như: cầu lông, bóng bàn, điền kinh, bóng đá, là hoàn toàn phù hợp. Tình trạng sức khỏe của sinh viên có thể đáp ứng được đòi hỏi về thể lực của các hoạt động này.

MỘT SỐ GIẢI PHÁP THỨC ĐẨY PHONG TRÀO THỂ DỤC THỂ THAO NGOẠI KHÓA CỦA SINH VIÊN TRƯỜNG ĐẠI HỌC KINH TẾ & QUẢN TRỊ KINH DOANH

Từ kết quả nghiên cứu trên, tác giả đề xuất một số biện pháp nhằm thúc đẩy phong trào thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Kinh tế & Quản trị Kinh doanh như sau.

Đảm bảo cơ sở vật chất phục vụ cho tổ chức các phong trào thể dục thể thao ngoại khóa:

Để nâng cao chất lượng giảng dạy và tổ chức các hoạt động TDTT ngoại khóa cho sinh viên, phải đảm bảo những điều kiện cơ sở vật chất, kinh phí phục vụ cho việc giảng dạy môn học thể dục nội khóa cũng như các hoạt động ngoại khóa và tự tập luyện thể thao của sinh viên. Cải tạo nâng cấp cơ sở vật chất kỹ thuật phục vụ hoạt động thể dục thể thao để có thể tận dụng tối đa điều kiện hiện có của nhà trường. Cung cấp đủ và đảm bảo chất lượng các trang thiết bị dụng cụ phục vụ cho giảng dạy và tập luyện; Định mức kinh phí cho kế hoạch phát triển phong trào thể thao cùng với việc tăng cường công tác xã hội hóa các hoạt động thể thao của sinh viên

Tăng cường tuyên truyền, nhận thức về vai trò của rèn luyện TDTT trong nhà trường:

Với mục đích tuyên truyền nhằm nâng cao nhận thức và trách nhiệm của lãnh đạo nhà trường, các tổ chức đoàn thể, các phòng ban chức năng cũng như sinh viên về vai trò, tác dụng của hoạt động TDTT ngoại khóa trong việc nâng cao sức khỏe, phát triển thể lực, rèn luyện phát triển các kỹ năng vận động cơ bản trong cuộc sống, góp phần hình thành nhân cách, phẩm chất đạo đức, ý chí và xây dựng được nếp sống văn minh, lành mạnh, kích thích tinh thần tập luyện của sinh viên. Nhà trường cần tăng cường tổ chức các hoạt động tuyên truyền bằng nhiều hình thức đa dạng theo chương trình, kế hoạch và có thể được lồng ghép với các hoạt động có ý nghĩa giáo dục của nhà trường như: Tổ chức giáo dục chính trị tư tưởng thông qua tuần sinh hoạt

công dân HSSV đầu khóa: tổ chức các hoạt động thi đấu ở những môn thể thao thể mạnh nhân các ngày lễ lớn; đa dạng hóa các hoạt động TDTT, thành lập các Câu lạc bộ thể thao theo sở thích phù hợp với đặc thù của trường; lựa chọn và đưa nhiều trò chơi vận động vào hoạt động để nâng cao hứng thú cho người tập,

Nâng cao trình độ chuyên môn cho cán bộ giảng viên giáo dục thể chất: Kiên toàn đổi ngũ giảng viên giáo dục thể chất, tăng cường công tác giáo dục chính trị tư tưởng, nâng cao ý thức trách nhiệm của giảng viên đối với việc nâng cao chất lượng giảng dạy và tổ chức phong trào hoạt động TDTT ngoại khóa, tạo điều kiện cho đội ngũ cán bộ giảng viên bộ môn GDTC được thường xuyên tập huấn nâng cao trình độ chuyên môn nghiệp vụ, có kế hoạch tiếp nhận và bồi dưỡng giảng viên trẻ nhiệt tình và ý thức trách nhiệm cao, có trình độ lý luận và chuyên môn, có khả năng tổ chức các hoạt động, thể thao quần chúng, để dần thay thế đội ngũ giảng viên cao tuổi, đáp ứng yêu cầu mở rộng và nâng cao chất lượng giảng dạy và phong trào TDTT ngoại khóa của trường

KẾT LUẬN

Phong trào hoạt động thể dục thể thao ngoại khóa của sinh viên trường Đại học Kinh tế & Quản trị Kinh doanh đã có nhiều chuyển biến tích cực. Hình thức tổ chức và nội dung tập luyện thể dục thể thao của sinh viên ngày càng đa dạng và dần đi vào nề nếp, sinh viên có nhu cầu và ham thích hoạt động TDTT ngoại khóa. Tuy nhiên hệ thống cơ sở vật chất, sân bãi phục vụ hoạt động TDTT ngoại khóa còn trong tình trạng thiếu thốn, một số nội dung hoạt động chưa thực sự tạo được sự hứng thú cho sinh viên.

Các giải pháp đưa ra sẽ góp phần thúc đẩy phong trào TDTT ngoại khóa tại trường Đại học Kinh tế & Quản trị Kinh doanh, từ đó nâng cao sức khỏe, xây dựng nếp sống lành mạnh, đẩy lùi tệ nạn, giáo dục nhân cách lối sống và thực hiện mục tiêu giáo dục toàn diện cho sinh viên nhà trường.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- 1 Dương Nghiệp Chí, Nguyễn Danh Thái (2003). *Thức trang thể chất người VN từ 6 đến 20 tuổi*. Nhà xuất bản TĐTT, Hà Nội
- 2 Nguyễn Toán, Phạm Danh Tôn (2000) - Lý luận và Phương pháp TĐTT. Nxb TĐTT, Hà Nội
- 3 Nguyễn Đức Văn (2000). *Phương pháp thống kê trong TĐTT*. Nxb TĐTT, Hà Nội

- 4 Quyết định số 53 2008/QĐ-BGDĐT ngày 18 tháng 9 năm 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về việc đánh giá, xếp loại thể học sinh, sinh viên (kèm theo Quy định tiêu chuẩn đánh giá, xếp loại thể học sinh, sinh viên)
5. Quyết định số 60 2008/QĐ-BGDĐT ngày 05 11 2008 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về Ban hành Quy định về tổ chức hoạt động văn hoá cho học sinh, sinh viên trong các cơ sở giáo dục đại học và trung cấp chuyên nghiệp

SUMMARY

SOME MEASURES TO BOOST THE SPORT MOVEMENT KEY FOREIGN UNIVERSITY STUDENTS OF ECONOMICS AND BUSINESS ADMINISTRATION - THAI NGUYEN UNIVERSITY

Nguyen Nam Ha¹, Nguyen Thi Thuy²

¹College of Economics and Business Administration - TNU

²Thai Nguyen University

Join the movement activities extracurricular sport has an important role in physical exercise for students after hours of studying stress. On the other hand these activities also provide students with a healthy spiritual life useful and contribute to increasing the efficiency of student learning. Therefore the researchers have used the method of analysis comparison investigation, statistics to conduct a situational analysis activities extracurricular sport on subjects as university students Economics & business Administration, which proposed measures to promote movement and sports activities (sport) extracurricular student University of Economics & business Administration - TNU

Keywords: Situations, students, sports, extracurricular

Ngày nhận bài 30/3/2016 Ngày phản biện 27/4/2016 Ngày duyệt đăng 15/6/2016

Phản biện khoa học: TS Nguyễn Thanh Minh – Trường Đại học Kinh tế & Quản trị kinh doanh - DHTN

¹ Tel: 0913 089725 Email: namhasport@gmail.com